

今回は、足が回内足になると
どのような影響が出るか、について解説します。

足が回内足になることによって
様々な影響が出るのが考えられます。

その一つとして腰痛
も考えられるわけですね。

ですので、腰痛に対する施術をしても
なかなか改善がみられないのであれば
1度足部をみていただければと思います。

では、なぜ回内足が腰痛に
影響を与えてしまうのか考えてみましょう。

そこで、考えられることは
上行性の運動連鎖ということです。

いわゆる、ベーシックディストーションパターン
といった典型的な歪みのパターンがあります。
どういう事かと言いますと

足が回内足になる

↓
アーチが落ちる

↓
下腿が内旋する

↓
大腿が内旋する

↓
骨盤が回旋する

↓
骨盤が側屈する

↓
脊柱が側弯する

といったパターンが
代償的におきてしまいます。

となると、脊柱が側弯することによって
伸長されている筋が緊張することで

痛みを誘発するということが
起こってしまうのです。

となった時に腰痛を訴えている
患者さんに対して、腰部の筋肉が

緊張しているからといって
その筋にアプローチをしたとしても

なかなか改善していかない

ということが、あり得るということですよね。

ですので、腰部を訴える患者さんの
施術をする際は

患部だけでなく、回内足になっていないか
アーチはしっかりあるのか

といったように足部もみるように
してみてください。